#063

Work-Life Balance ⚖

Work–Life Balance એટલે માત્ર કામ અને પરિવાર વચ્ચે સમય વહેંચવો એજ નહિ… પરંતુ ગતિ અને વિરામનું સન્માન કરવું.

જીવનમાં ગતિ જરૂરી છે.
કામ કરવું, સપનાઓ માટે મહેનત કરવી, આગળ વધવું – આ બધું આપણને સફળ બનાવે છે.

પરંતુ સતત દોડતા રહીએ અને વિરામ ન લઈએ…
તો શરીર થાકી જાય છે, મન ખાલી થઈ જાય છે અને આનંદ ગુમ થઈ જાય છે.

પ્રકૃતિ આપણને શીખવે છે —
દિવસ છે તો રાત પણ છે,
શ્વાસ લો તો છોડવો પણ પડે.

એ જ રીતે જીવનમાં પણ
કામ પછી આરામ, દોડ પછી વિરામ અને સફળતા સાથે શાંતિ જરૂરી છે.

મિત્રો યાદ રાખીએ:
ઝડપથી આગળ વધવું મહત્વનું છે,
પરંતુ સંતુલન રાખીને આગળ વધવું વધારે મહત્વનું છે.

તેથી આજે જ એક વાત નક્કી કરીએ—
કામને પૂરી નિષ્ઠાથી કરીએ,
પણ જીવનના વિરામને પણ એટલું જ સન્માન આપીએ.

કારણ કે સાચું સુખ ત્યારે જ મળે છે
જ્યારે જીવનમાં ગતિ પણ હોય… અને શાંતિ પણ.